

LE PILLOLE DEL LUNEDÌ



NEWSLETTER SULLA CONTRACCEZIONE

N. 26 – 12 NOVEMBRE 2012

Questa pubblicazione è resa possibile da un
educational grant di Bayer Healthcare



Dall'ambulatorio

La tensione
mammaria può
essere indotta dalla
contraccezione
orale?

Dal mondo della contraccezione

Contraccettivi
gratuiti abbattano
il tasso di aborto

Voci di donna

I frutti di bosco
rappresentano un
toccasana per la
memoria delle
donne



Gentile dottoressa/dottore,

Le "Pillole del Lunedì" è un'iniziativa editoriale che ha l'obiettivo di fornire ai medici di medicina generale un'informazione pratica e aggiornata sui temi della contraccezione e della salute della donna.

Le ricordiamo che nel portale Scegli Tu è attiva un'intera sezione dedicata al MMG dove potrà trovare tante informazioni e notizie utili per la pratica quotidiana.

buona lettura!

Editore: Intermedia per la Comunicazione Integrata

Via Malta, 12/b – 25124 Brescia

Direttore Responsabile: Mauro Boldrini

Direttore Scientifico: Emilio Arisi

Clicca [qui](#) se non desidera più ricevere questa newsletter



Dall'ambulatorio

La tensione mammaria può essere indotta dalla contraccezione orale?

La tensione mammaria (o mastodinia) è un disturbo comune che può interessare fino all'80% delle adolescenti, con percentuali elevate anche in altre fasce d'età. Le sue cause sono innumerevoli: iperprolattinemia, eccesso di estrogeni, riduzione di progesterone (alterato rapporto estrogeni/progesterone), bassi livelli di androgeni, ipersensibilità dei recettori mammari da aumentato rapporto fra acidi grassi saturi ed essenziali. Molto discusso è anche il ruolo della caffeina e l'assunzione di metilxantine (caffè, the, cioccolato e bevande contenenti cola). L'utilizzo della pillola contraccettiva può modificare i livelli ormonali di chi l'assume e quindi provocare mastodinia. Se una donna che usa contraccettivi orali manifesta continui episodi di tensione mammaria, una possibile soluzione è cambiare tipologia di pillola.

Il prof. Emilio Arisi risponde on line alle domande dei colleghi.



Prof. Emilio Arisi

Dal mondo della contraccezione

Contraccettivi gratuiti abbattano il tasso di aborto

Se si forniscono contraccettivi gratuiti il ricorso all'aborto cala drasticamente. E' quanto afferma uno studio statunitense secondo cui la considerazione è valida soprattutto per le donne più giovani. La ricerca ha coinvolto 9.256 partecipanti d'età compresa tra i 14 e i 45 anni. A tutte le donne sono stati illustrati e forniti diversi metodi contraccettivi. Nel 75% dei casi sono stati scelti quelli a lungo termine. Tra il 2008 e il 2010 il tasso di aborto tra le partecipanti è variato tra i 4,4 e i 7,5% ogni 1.000 donne a seconda dell'età, con un calo tra il 62 e il 78% rispetto alla media nazionale statunitense (19,6 ogni 1.000 donne). Secondo gli autori il beneficio è alto anche nella fascia di età più bassa, tra i 15 e i 19 anni, con 6,3 ogni mille contro 34,3 della media degli USA.

Preventing Unintended Pregnancies by Providing No-Cost Contraception. Peipert JF, Madden T, Allsworth JE, Secura GM. Obstet Gynecol. 2012

Per scaricare
l'intero abstract vai
su www.sceglitu.it
area riservata MMG

Voci di donna

I frutti di bosco rappresentano un toccasana per la memoria delle donne

Mangiare spesso mirtilli e fragoline può aiutare le donne a rallentare la perdita di memoria correlata all'età. E' quanto sostiene uno studio statunitense recentemente pubblicato sugli *Annals of Neurology*. Secondo la ricerca consumare grandi quantità di frutti di bosco rallenta fino a 2 anni e mezzo l'invecchiamento femminile. L'indagine ha coinvolto 16mila donne, attraverso questionari e interviste telefoniche, in un arco di tempo di circa 24 mesi, e ha preso in esame anche altri fattori (grado d'istruzione, tabagismo, consumo di alcol). "Abbiamo fornito la prima prova epidemiologica che queste bacche possono rallentare la progressione del declino cognitivo nelle anziane", ha spiegato l'autrice dello studio Elizabeth Devore. "Le volontarie che hanno registrato maggiori consumi di bacche hanno inoltre mostrato una maggiore tendenza a svolgere attività fisica rispetto alle coetanee - ha concluso Devore -. Questi effetti benefici possono produrre delle implicazioni potenzialmente molto alte sulla salute pubblica".